

R 7 年度 「高齢者の運動教室」事業日程表

《第 3 事業》

主催 河内長野市健康スポーツ連盟

広報月	No	タイトル	担当団体名	開催日時	定員 指導者	会場	申込み先 FAX ・ 携帯番号
10	①	やさしい気功・太極拳	中国伝統武術太極拳 万桜会	11 月 5 日(水) 10:00～11:30	15 4	武道館	濱 FAX 53-6883
10	②	美と健康と老化防止	やすらぎの輪ヨガ	11 月 12 日(水) 7:00～8:30	15 2	ラブリールホール	中川 FAX 65-6216
11	③	ゆったり呼吸で楽しく 筋力を育てる太極拳	楽悠太極拳 クラブ	11 月 19 日(水) 9:45～11:15	10 2	フオレスト三田市	山田 携帯 080-3138-3857

- 各教室持ち物：飲み物、タオル、上靴、動きやすい服装で
- 申込先：各教室担当者へ 5 日より電話・FAX にて受付 (先着順)
氏名 (ふりがな)、年齢、性別、住所、電話番号
- 参加費：500 円 (保険料含む) 当日徴収